

# Игры с пальчиками

## 1. Пальчиковая гимнастика.

**Что же происходит, когда ребёнок занимается пальчиковой гимнастикой?**

1. Выполнение упражнений и ритмических движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что в конечном итоге, стимулирует развитие речи.
2. Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи. Повышают речевую активность ребёнка.
3. Малыш учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять.
4. Если ребёнок будет выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворениями. То его речь станет более чёткой. Ритмичной, яркой, и усилится контроль за выполняемыми движениями.
5. Развивается память ребёнка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений.
6. У малыша развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет "рассказать руками" целые истории
7. В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

**Занятия следует проводить регулярно каждый день, продолжительность не менее 5 минут.**

**Начинаем с массажа по 2-3 минуты кистей рук и пальцев.**

- поглаживаем и растираем ладони вверх – вниз;
- растираем и разминаем каждый палец вдоль, а затем поперёк;
- растираем пальчики спиралевидными движениями;
- катаем между ладонями и пальчиками шарики, мячики палочки;

**На одном из первых занятий обращаем внимание детей на строение руки человека, знакомим их с пальчиками.**

**Пять да пять – родные братцы**

**Так все вместе и рождаются**

**Если вскапываешь грядку,**

**Держат все одну лопатку.**

**Не скучают, а играют**

**Вместе все в одни игрушки.**

**А зимою всей гурьбою**

**Дружно прячутся в теплушки.**

**Вот такие «пять да пять»,**

**Угадайте, как их звать?**

**(Пальцы)**

-Да, дети, это пальцы. А как вы догадались?

- Почему пальцы родными братьями называют? У всех пальцев каждой из рук "мама" – это кисть.

- Покажите пальчики правой (левой) руки.

- Дети, кто из вас знает как этот палец называется? (показываю большой палец)

- Как вы думаете, почему он называется большим? Давайте спрячем большой палец и попробуем что-либо сделать без него. Возьмите со стола карандаш (дети делают попытку).

Представьте, что это не карандаш, а ложка, приготовьтесь к еде. Видите, как трудно работать

братьям без большого пальца. Без него трудно писать, рисовать, играть. Люди так и назвали этот пальчик, потому что он главный – большой.

**И ещё 4 братца. Идут они навстречу старшему:**

**«Здравствуй, большак!»**

**«Здорово Васька – указка! Мишка – середняк! Гришка – сиротка!**

**Да крошка – Тимошка!»**

- Пальчики и называются: указательный, средний, безымянный, мизинец.

**В гости к пальчику большому**

**Приходили прямо к дому**

**Указательный и средний,**

**Безымянный и последний.**

**Сам мизинчик, малышок**

**Постучался о порог.**

**Вместе пальчики друзья**

**Друг без друга им нельзя.**

- Умелыми пальчики становятся не сразу. Мы с вами поможем быть пальчикам умелыми, которые смогут красиво рисовать и писать.

**Все упражнения разделены на три группы.**

**1 группа. Упражнения для кистей рук.**

- Развивают подражательную способность, достаточно просты и не требуют тонких дифференцированных движений;
- Учат напрягать и расслаблять мышцы;
- Развивают умение сохранять положение пальцев некоторое время;
- Учат переключаться с одного движения на другое.

**Пример 1:**

При прохождении темы "Овощи" можно провести с детьми упражнение **"Заготавливаем капусту"** (проводится стоя)

Руками имитируем соответствующие действия:

- **Мы капусту рубим! (2 р.)** - *прямыми, напряжёнными ладонями имитируем движения топора: вверх – вниз.*
- **Мы капусту режем (2р.)** - *энергичные движения прямыми ладонями вперёд – назад.*
- **Мы капусту солим! (2р.)** - *пальцы собраны «щепотью», «солим капусту».*
- **Мы капусту жмём! (2р.)** - *энергично сжимаем пальцы в кулаки то одновременно на двух руках, то поочерёдно.*
- **Мы морковку трём! (2 р.)** - *пальцы одной руки сжаты в кулак и совершают ритмичные движения вверх – вниз по ладони другой руки.*

Сначала все упражнения выполняются медленно. Важно следить, чтобы ребёнок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое.

После выполнения упражнения можно задать детям вопросы:

- Что мы с вами делали раньше: рубили или резали капусту?
- Вспомните, чем мы рубили капусту? Чем резали? и т. д.

### **Пример 2: "Фонарики" (выполняется стоя)**

Расположить ладони перед собой, выпрямив и раздвинув пальцы. Сжимать и разжимать пальцы на обеих руках одновременно, сопровождая движения соответствующими фразами.

*Фонарики зажглись! (пальцы выпрямить)*

*Фонарики погасли! (пальцы сжать)*

**Вариант с усложнением:** Поочередно сжимать и разжимать пальцы рук на счёт "раз-два". Выполнять упражнение сначала медленно, затем ускорить темп. Упражнение можно выполнять сначала на счёт. А потом – сопровождая движения ритмично проговариваемыми строчками. Важно именно на каждое слово производить движение руками.

*Мы фонарики зажжём,  
А потом гулять пойдём!  
Вот фонарики сияют,  
Нам дорогу освещают!*

К первой группе упражнений можно отнести такие всем известные упражнения как: "Моем руки", "Месим тесто", "Печём блины", "Флажки", "Шарик", "Ёжик", "Лодочка", "Пароход", "Речка и рыбка", "Цветок", "Кошечка", "Стул", "Стол", "Дом", "Труба", "Ворота", "Замок"

### **Пример 3. "Деревья"**

Расположить кисти рук перед собой, ладонями к себе. Пальцы разведены в стороны и напряжены. После выполнения упражнения встряхнуть (расслабить) кисти рук.

*В поле дерево стоит,  
Ветер ветки шевелит.*

*- покачивать руками  
из стороны в сторону.*

*Дует ветер нам в лицо  
Закачалось дерево!*

*- покачивать руками вниз – вверх,  
не сгибая пальцы.*

### **"Корни"**

Ладони опущены вниз и прижаты друг к другу тыльной стороной. Пальцы разведены в стороны и напряжены. Удерживать в таком положении на счёт до пяти - десяти, расслабить кисти рук, встряхнуть руками.

Объединяя эти два упражнения, тренируем переключаемость психических процессов

*Высокие красивые  
Деревья здесь растут,*

*(Деревья)*

*А корни под землёю  
Для них водичку пьют*

*(Корни)*

### **"Птичка"**

Руки расположить перед собой (ладонями к себе). Большие пальцы переплести – это "голова" птицы. Остальные пальцы – "крылья". Помахать ими.

*Птички летели,  
(помахать "крыльями")*

*Сели – посидели,  
Дальше полетели.*

*(прижать ладони к груди)*

Далее, усложняя, можно предложить повторить подряд сразу 3 упражнения. "Корни" – "Дерево" – "Птица"

Когда дети усвоят упражнения первой группы, то есть будет чёткое выполнение движений с текстом, можно переходить ко второй группе упражнений.

## **2 группа. Упражнения для пальцев условно-статические**

- Совершенствуют полученные ранее навыки на более высоком уровне и требуют более точных движений.

### **Пример. "Зайчик"**

Указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем.

Удерживать пальцы в таком положении на счёт до 5-10. Упражнение выполнять сначала каждой рукой по очереди, а потом двумя руками одновременно.

*Кто там скачет на лужайке?  
Это длинноухий заяк!*

**Усложнение 1:** Сгибать и разгибать указательный и средний пальцы (вверх – вниз) на счёт "раз-два".

*Зайка серенький сидит и ушами шевелит.  
Раз – два, раз- два. И ушами шевелит!*

**Усложнение 2 "Зайчик и барабан"** Указательный и средний пальцы подняты вверх. Большой пальчик стучит по безымянному и мизинцу.

*Дали зайцу барабан.  
Он ударил: там-там-там!*

**Усложнение 3 "Зайка прячется под сосной"** Левая рука – "зайчик". Правая рука – выпрямленная ладонь накрывает сверху "зайку – это "сосна". Потом поменять положение рук. Правая рука – "зайчик", левая рука – "сосна". Менять положение рук 3-4 раза.

*Этот зайчик под сосной,  
Этот зайчик под другой.*

Ко второй группе упражнений относятся такие упражнения, как "Ножницы", "Вилка", "Колечко", "Очки", "Человечек", "Лыжник", "Коза", "Мостик", "Улитка", "Пчела", "Лягушка", "Три богатыря", "Собака", "Лошадь", "Кошка", "Мышка", "Петух", "Курочка", "Гусь", и другие.

Когда отрабатываются упражнения второй группы к ним можно подключать упражнения из первой группы.

## "Гном и гром"

<i>Как-то на рассвете Гном</i>	<i>("человечек")</i>
<i>Свой решил покинуть дом,</i>	<i>("дом")</i>
<i>И с корзинкой из избы</i>	<i>("корзинка")</i>
<i>Гном помчался по грибы.</i>	<i>("человечек")</i>
<i>Вдруг в лесу раздался гром,</i>	<i>(хлопок в ладоши)</i>
<i>Гном укрылся под грибом.</i>	<i>("гриб")</i>

### 3 группа. Упражнения для пальцев динамические.

- Развивают точную координацию движений;
- Учат сгибать и разгибать пальцы рук;
- Учат противопоставлять большой палец остальным.

### Пример: "Семья"

Пальцы сжаты в кулачок. Затем по очереди разгибаем их, начиная с большого пальца.

*Этот пальчик – дедушка.*

*Этот пальчик – бабушка,*

*Этот пальчик – папочка,*

*Этот пальчик – мамочка.*

*Этот пальчик – это Я.*

*Вот и вся моя семья.*

(На слова последней строчки ритмично сжимать и разжимать пальцы.)

Вариант: Пальцы выпрямлены. Поочередно прижимать пальцы к ладошке, начиная с большого.

К третьей группе упражнений относятся такие упражнения как "Домик", "За работу", "Пальчики ложатся спать", "Пальчики здороваются", "Дружные ребята", "В гости", "Пальчик – мальчик", "Цепочка"...

Когда все упражнения будут хорошо знакомы, можно выполнять следующие игровые задания:

1. Запоминать и повторять серию движений по словесной инструкции, начиная с двух движений и заканчивая тремя, четырьмя и больше.

**Пример:** "Коза" – "Улитка". Ребёнок переключается с позиции "коза" на позицию "улитка" (3 – 4) раза. Сначала упражнение выполняется по словесной инструкции, а затем на счёт "раз-два".

Или: "Вилка" – "Кольцо" – "Заяц". Можно предлагать любую последовательность упражнений.

2. "Рассказывать руками" сказки и маленькие истории. Сначала воспитатель придумывает рассказ, а затем предлагает сочинить свою историю детям.

*Консультацию подготовила воспитатель Ломтева Н. В.*